

COPING STRESS
PADA WANITA HAMIL YANG BEKERJA

Skripsi

ADITYA VICHA ARYANI

06.40.0109



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2011**

COPING STRESS **PADA WANITA HAMIL YANG BEKERJA**

Skripsi

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh derajat sarjana psikologi**

ADITYA VICHA ARIANI
06.40.0109



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2011

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal
....Juni 2011

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijaprananata
Dekan,

(Dr. Kristiana Haryanti, M.Si)

Dewan Penguji

1. Dr. Y . Bagus Wismanto, MS
2. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS
3. Drs. Haryo Goeritno, M.Si



*Sebuah karya kecil ini ku persembahkan untuk
Papn Mom tercinta dan orang-orang terkasih
yang mengajari arti perjuangan kehidupan,
yang memberikan makna di setiap peluh
dan air mata, yang memberikan ceria
dalam senyum dan tawa
dan selalu menyebutku
dalam setiap untai doa mereka
Serta para wanita hamil yang bekerja.*



Kupelajari arti kebijaksanaan dari setiap permasalahan

Kurenungkan makna kesabaran dalam setiap cobaan

Kurasakan kekuatan dalam kelemahanku

Sampai kumengerti indahnyanya senyum dari setiap tetes air mata

Dan kuyakinkan diri dalam perjuangan ini

Karena kusadari

Dalam setiap jalanku, akan ada banyak krikil kehidupan yang harus kulewati, namun

Biarlah kelemahanku menjadi kuat oleh karena tangan-Nya menopangku

Biarlah keraguanku terhapus dalam cinta-Nya yang mengalir di hidupku

Dan biarlah segala kekuranganku disempurnakan dalam curahan kasihNya padaku

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ini. Banyak hal yang penulis alami dalam proses penelitian ini yang membuat penulis mendapatkan pelajaran dan pengalaman sebagai bekal di kehidupan selanjutnya. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menjalani studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS, sebagai Dosen Pembimbing Utama Skripsi yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengetahuan serta masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
3. Dra. Suparmi, M.Si, sebagai Dosen Wali yang telah memberikan bimbingan kepada penulis selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
4. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, atas ilmu yang telah diberikan kepada penulis selama menjalani studi, semoga dapat berguna di kemudian hari.
5. Seluruh karyawan Universitas Katolik Soegijapranata, terutama perpustakaan Universitas dan karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah melayani

dengan baik dalam peminjaman buku dan bagian administrasi sehingga membantu penulis selama menjalani studi.

6. Para subyek penelitian, yang telah meluangkan waktu dan tak bosannya mendengarkan serta menjawab pertanyaan yang diberikan, terutama terimakasih atas kesediaan untuk berbagi cerita.
7. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberi dukungan dari jauh.
8. Musyaba Achmad Tohir yang selalu mendukung, mendampingi, dan memberi pencerahan dari awal pembuatan skripsi hingga penyelesaiannya...chaiyo!!!
9. Keluarga Besar Wisma Kusuma Semarang atas pengertiannya ketika penulis harus mengerjakan skripsi, dan semangat dan dukungan yang selalu diberikan.
10. Semua teman-teman, terutama Ika, Vida, Mbukz, Dita, Adit, Gaga, Andre, yang selalu memberi saran, masukan, dan juga semangat sepanjang studi dan telah mengisi hari-hariku...tetap berjuang menjalani hidup.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna, namun semoga apa yang ada di dalamnya dapat bermanfaat untuk saling memahami antara kaum selibat dan umat, dan dapat dimunculkannya karya-karya yang lebih baik lagi.

Semarang, Juni 2011

Penulis

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika *coping stress* wanita hamil yang bekerja. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan metode pengambilan data wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek mengalami *stress* ketika harus bekerja saat ia sedang hamil. Mereka melakukan beberapa cara untuk mengatasi masalah berhubungan dengan pekerjaan dan juga kehamilannya atau disebut *coping* yaitu dengan cara *emotional focused coping* berupa mengurangi beban dari masalah dengan cara; menerima dirinya beserta menerima tanggung jawabnya, religiusitas dengan cara berdoa ataupun beribadah sesuai keyakinannya agar menjadi lebih tenang menghadapi masalah tersebut, mencari dukungan sosial, mengontrol diri, dan mencari pemahaman positif; *problem focused coping* berupa perencanaan, mengontrol diri, keaktifan, dan mencari dukungan social; tindakan langsung; dan peredaan atau peringanan.

Kata kunci : wanita hamil yang bekerja, *stress*, *coping stress*.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL SATU.....	i
HALAMAN JUDUL DUA.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAKSI	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II. LANDASAN TEORI	10
A. <i>COPING STRESS</i>	10
1. Pengertian	10
2. Gejala-gejala <i>Stress</i>	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Stress</i> pada Wanita Hamil yang Bekerja	16
4. Jenis-jenis <i>Coping Stress</i>	18
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i>	22
B. Wanita Hamil yang Bekerja.....	24
1. Masalah-masalah Kehamilan	24
2. Kebutuhan-kebutuhan Dasar Wanita Hamil	28
3. Wanita Bekerja	29

C. <i>Coping Stress</i> Wanita Hamil yang Bekerja	31
BAB III. METODE PENELITIAN	36
A. Metode Penelitian yang Dipakai	36
B. Definisi Operasional	37
C. Subyek Penelitian	37
D. Metode Pengumpulan Data	37
1. Wawancara	37
2. Observasi	38
E. Uji Keabsahan Data	39
1. Ketekunan Pengamat	39
2. Triangulasi	40
F. Analisis Data	41
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	44
A. Kancan Penelitian	44
B. Persiapan Penelitian	46
1. Penyusunan Pedoman Observasi dan Wawancara	46
2. Surat Pernyataan Kesediaan	47
C. Pelaksanaan Penelitian	47
D. Hasil Penelitian	49
1. Subyek 1	49
2. Subyek 2	68
3. Subyek 3	87
E. Dinamika <i>Coping Stress</i> Seluruh Subyek	104
BAB V. PEMBAHASAN	109
BAB VI. PENUTUP	115
A. Kesimpulan	115
B. Saran	117
DAFTAR PUSTAKA	119
LAMPIRAN	122



DAFTAR GAMBAR

Bagan 1. Dinamika <i>Coping Stress</i> Ibu Hamil yang Bekerja	35
Bagan 2. Dinamika <i>Coping Stress</i> Subyek I	67
Bagan 3. Dinamika <i>Coping Stress</i> Subyek II	86
Bagan 4. Dinamika <i>Coping Stress</i> Subyek III.....	103
Bagan 5. Dinamika <i>Coping Stress</i> Seluruh Subyek.....	108

DAFTAR TABEL

Tabel I.1 Tabel Tanggal Wawancara Subyek.....48

